



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ  
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΖΩΗΣ  
[www.ekyz.gr](http://www.ekyz.gr)

# EMERGENCY

ΒΑΣΙΚΕΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΕΣ  
ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

## ΕΞΑΣΦΑΛΙΣΤΕ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΑΣ

### ΟΧΙ

ΕΛΕΓΞΤΕ ΑΝ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΝΕΤΑΙ  
ΚΑΙ ΑΝΑΠΝΕΕΙ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ

### ΝΑΙ

**1** ΚΑΛΕΣΤΕ ΑΜΕΣΑ  
ΤΟ **112** ή **166**

**2** Δώστε 30 βαθιές και  
σχετικά γρήγορες  
θωρακικές συμπίεσεις

**3** Κάντε έκταση το κεφάλι  
πρός τα πίσω και δώστε  
2 εμφυσήσεις

Αν ΔΕΝ είστε εκπαιδευμένοι κάντε  
συνεχόμενα μόνο θωρακικές συμπίεσεις

**4** Συνεχίστε ΚΑΡΠΑ  
30 θωρακικές και  
2 εμφυσήσεις

**5** Όταν έρθει ένας  
ΑΥΤ. ΕΞΩΤ. ΑΠΙΝΙΔΩΤΗΣ  
ενεργοποιήστε τον και  
ακολουθείστε τις οδηγίες

Μην τον μετακινήσετε  
και ΚΑΛΕΣΤΕ ΑΜΕΣΑ  
ΤΟ **112** ή **166**  
αν έχει απειλητικές  
καταστάσεις για τη  
ζωή του.

Αν έχει αιμορραγία  
αντιμετωπίστε την με  
άμεση πίεση πάνω από  
το τραύμα.

Σκεπάστε και  
εμφυχώστε το άτομο.

Μείνετε μαζί με το θύμα  
μέχρι να έρθει το ΕΚΑΒ